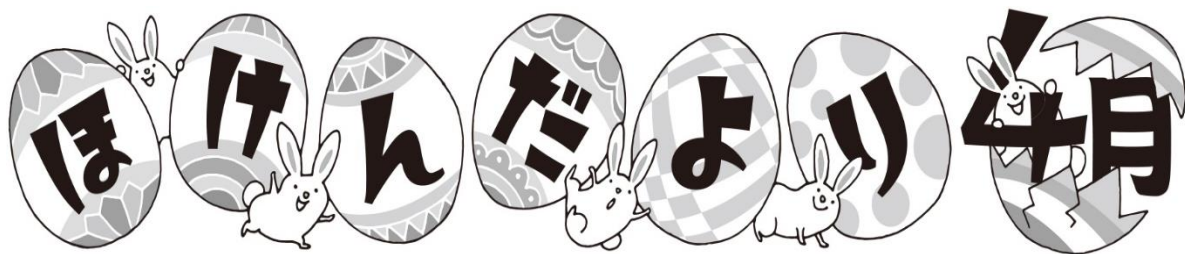


おうちのひとといっしょによみましょう！



2019年4月 光竜寺小学校 保健室

みなさん、ご入学・ご進級おめでとうございます。保健室の前田愛です。今年もよろしくお願ひします。「ほけんだより」では、保健行事や心と体の健康についてお知らせしたいとおもっています。おうちの人と一緒に読んでくださいね。4月は、暖かく感じる日や少し寒く感じる日があつたりします。【早ね・早起き・朝ごはん】を心がけて、学校生活を元気に過ごせるようにしましょうね。

保健室ってどんなところ？

ほけんしつは、けがをしたときや、からだの調子がわるいとき、相談したいことがあるとき、からだや健康について調べたいときにくるところです。

ほけんしつ やくそく 保健室での約束

- ① ケガをしたときは、傷口の砂やほこりをきれいに洗い流してから保健室へ行きましょう。
- ② 保健室は具合の悪い人が休んでいます。静かにしましょう。
- ③ 「いつ」「どこで」「どこが」「どうしたのか」を自分でしっかり伝えてください。
- ④ 保健室へ来るときは、担任の先生に言ってから来ましょう。
- ⑤ 保健室にあるものは、勝手に触りません。先生に声をかけてください。



※このルールを守って、みんなが安心してすごせるほけんしつにしましょう！

保護者のみなさまへ



○ 書類についてのお願い

学校へ提出していただく保健関係の各書類は、直接保護者のみなさまに面談でお聞きする代わりに、健康情報を知るためのものです。お子様のふだんの健康状態について、一緒に話しながら、正確にご記入ください。学校や学校医が正しい判断をするために、役立てたいと思います。たくさんの書類があって申し訳ありませんが、記入もれのないように、よろしくお願いします。特に、保健調査票などの緊急連絡先には、**必ず保護者の方の連絡のつく電話番号をお願いします。**体調不良で早退する際や、学校でケガをして緊急に医療機関を受診する際に、保護者の方と連絡をとる必要があります。よろしくお願いします。

○ 朝の健康チェックについてお願い

ご家庭での朝の健康観察は、元気に1日すごすためにも大切です。昼と夜の寒暖差が激しい春は体温調節がしにくく、体調を崩しやすい季節でもあります。朝の忙しい時間ですが、できるだけ毎日、お子さんの様子をチェックしてください。

- ・ 顔色はよいですか
- ・ 朝ごはんは食べましたか
- ・ 頭痛・腹痛などはないですか
- ・ その他に普段と様子がちがうところはありませんか
- ・ 熱はありませんか
- ・ 便はでましたか
- ・ だるそうにしていますか

○ 学校感染症について

学校感染症は、学校での集団生活において予防すべき感染症として学校保健安全法に定められた疾病のことをいいます。下の表は原則的な出席停止期間であり、種類や症状により異なります。小学校では、出席停止の証明書及び登校許可書は要りません。保護者の連絡で出席停止扱いとなりますので、医師より診断されましたら必ずご連絡ください。

病名	出席停止期間
インフルエンザ	発症した後5日を経過し、かつ解熱した後2日を経過するまで
百日咳	特有の咳が消失するまで、又は5日間の適正な抗菌性物質製剤による治療が終了するまで
麻疹（はしか）	解熱した後3日を経過するまで
流行性耳下腺炎（おたふくかぜ）	耳下腺の腫れが発現した後5日を経過し、かつ全身状態が良好になるまで
風疹	発疹がなくなるまで
水痘（水ぼうそう）	すべての発疹がかさぶたになるまで
咽頭結膜炎（プール熱）	主な症状がなくなった後2日を経過するまで

上記のような、診断を病院でされた場合は、学校へお知らせください。

* 感染症や花粉症対策として使用されるマスクはご家庭でご用意ください。



○ お願い

ご家庭で不要な保冷剤があれば、お子様にあずけていただき保健室までお願いします。ケガをしたときなどに冷やすのに使用させていただきたいと思います。よろしくお願いします。